

MBBS 留学生积极心理资本与汉语学习焦虑的关联效应研究

全 帅¹,洪 牧²,周艳艳³

(锦州医科大学第一临床医学院¹,国际教育学院²,人文与管理学院³,辽宁 锦州 121000)

摘要:目的 探讨临床医学专业(MBBS)留学生积极心理资本与汉语学习焦虑的关联效应。方法 于 2019 年 7 月通过问卷星随机发放英文版积极心理资本量表和汉语焦虑量表对我校 189 名 MBBS 留学生进行调查,分析其积极心理资本与汉语学习焦虑的关系。结果 ①不同年级留学生的汉语焦虑水平随年级的提升而增加($P<0.05$);不同自评汉语水平的留学生汉语焦虑感比较,差异有统计学意义($P<0.05$),其中自我评价水平越高的留学生焦虑感越低;②不同性格类型留学生的积极心理资本比较,差异有统计学意义($P<0.05$),主要体现在自我效能、乐观和韧性 3 个维度;不同自评汉语水平的留学生积极心理资本比较,差异有统计学意义($P<0.05$);③回归分析显示,自我效能和韧性能够负向预测汉语学习焦虑,并且韧性的预测作用高于自我效能。结论 MBBS 留学生积极心理资本中的自我效能和韧性会影响其汉语学习焦虑状况,提高留学生的自我效能和韧性水平有助于降低其汉语学习焦虑情绪。

关键词:积极心理资本;汉语焦虑;临床医学专业;留学生

中图分类号:H195

文献标识码:A

DOI:10.3969/j.issn.1006-1959.2020.14.021

文章编号:1006-1959(2020)14-0072-04

Research on the Correlation Between Positive Psychological Capital of MBBS International Students and Anxiety of Chinese Language Learning

QUAN Shuai¹,HONG Mu²,ZHOU Yan-yan³

(The First Clinical Medical College¹,School of International Education²,School of Humanities and Management³,
Jinzhou Medical University,Jinzhou 121000,Liaoning,China)

Abstract:Objective To explore the correlation between positive psychological capital of international medical students (MBBS) and Chinese learning anxiety.Methods In July 2019, an English version of the Positive Psychological Capital Scale and the Chinese Anxiety Scale were randomly distributed through the questionnaire to investigate 189 MBBS international students in our school, and the relationship between their positive psychological capital and Chinese learning anxiety was analyzed.Results ① The level of Chinese anxiety of foreign students of different grades increases with the grade ($P<0.05$); the difference of Chinese anxiety among students of different self-assessed Chinese levels is statistically significant ($P<0.05$).Among them, the higher the self-evaluation level of international students, the lower the anxiety; ② The comparison of positive psychological capital of international students of different personality types, the difference was statistically significant ($P<0.05$), mainly reflected in the three dimensions of self-efficacy, optimism and resilience;Comparing the positive psychological capital of international students who evaluate Chinese, the difference was statistically significant ($P<0.05$); ③Regression analysis shows that self-efficacy and resilience can negatively predict Chinese learning anxiety, and the predictive effect of resilience is higher than self-efficacy.Conclusion The self-efficacy and resilience of MBBS international students' positive psychological capital will affect their Chinese learning anxiety. Improving the self-efficacy and resilience of international students will help reduce their Chinese learning anxiety.

Key words:Positive psychological capital;Chinese anxiety;Clinical medicine major;International students

随着“一带一路”倡议的持续推进,我国高校的国际交流与合作日趋频繁和深入为“一带一路”参与国学生来华留学搭建了重要桥梁,然而,汉语学习却成了很多来华留学的学历生的最大障碍,由此引起的汉语学习焦虑问题越来越受到高校教师的高度关注。汉语学习焦虑不同于其它焦虑症状,它是与课堂语言学习有关的、在汉语学习过程中所产生的独特的自我知觉、信念、情感情结及行为^[1]。积极心理资本是指成长和发展中的个体在面临事件和问题时所表现出的一种积极心理状态,包括自我效能、希望、乐观和韧性四个维度^[2]。积极心理资本有助于个体发挥自身潜能,对主观幸福感有积极的预测作用^[3],并

且积极心理资本的四个维度对人际敏感^[4]、学习倦怠^[5]、焦虑、抑郁^[6]等不同程度的负向预测作用。本研究主要就积极心理资本与汉语学习焦虑的关系进行探索分析,旨在从积极心理学的视角寻找预防和缓解汉语学习焦虑的方法,为有效预防和干预汉语学习焦虑提供理论支撑。

1 对象与方法

1.1 研究对象 选择 2019 年 7 月锦州市某医科院校在校临床医学专业(MBBS)留学生作为研究对象,留学生年龄 17~31 岁,平均年龄(21.68 ± 2.20)岁,其中男生 103 人,女生 86 人。

1.2 调查问卷 本次调查问卷分为三部分,第一部分针对留学生基本情况进行调查,包括性别、年龄、年级、性格类型、自评汉语水平、来华时间等。第二部分为汉语焦虑量表,内部一致性信度为 0.776,量表 KMO 值为 0.710,Bartlett 球形检验显著,量表共 33

基金项目:锦州医科大学 2019 年度大学生创新训练计划项目(编号:2019021)

作者简介:全帅(1998.8-),男,吉林榆树人,本科

通讯作者:周艳艳(1987.2-),女,内蒙古赤峰人,硕士,讲师,主要从事人格与心理健康教育工作

个项目,每个项目包括 5 个选项,从“完全同意”到“完全不同意”依次记为 5、4、3、2、1 分,其中 9 个项目为反向计分,所有条目相加之和反映焦虑水平,总分越高表明焦虑水平越高,总分 33~165 分。第三部分为积极心理资本量表,内部一致性信度为 0.912,量表 KMO 值为 0.930, Bartlett 球形检验显著,由 26 个项目组成,包括自我效能、希望、乐观和韧性四个维度,计分方法同汉语焦虑量表,其中 5 个项目为反向计分,总分 26~130 分。以问卷星方式随机发放问卷 207 份,排除答题时间在 3 个标准差以外问卷及答题存在明显错误的问卷共计 18 份,回收有效问卷 189 份,有效回收率为 91.30%。

1.3 数据处理方法 应用 SPSS 13.0 对收集的数据进行处理,计量资料采用($\bar{x} \pm s$)表示,组间比较行 t 检验、 F 检验;采用相关分析和一元线性回归分析留学生积极心理资本与汉语焦虑的关系, $P < 0.05$ 表示差

异有统计学意义。

2 结果

2.1 MBBS 留学生汉语焦虑及积极心理资本状况 不同性别、性格类型的 MBBS 留学生汉语焦虑量表得分比较,差异无统计学意义 ($P > 0.05$);大一到大四的留学生汉语焦虑量表得分随年级的提升而增加,而大五留学生的汉语焦虑量表得分最低,差异有统计学意义 ($P < 0.05$);不同自评汉语水平的留学生汉语焦虑量表得分比较,差异有统计学意义 ($P < 0.05$),其中自我评价水平越高的学生的得分越低。不同性别、年级的 MBBS 留学生积极心理资本量表得分比较,差异无统计学意义 ($P > 0.05$);不同性格类型留学生的积极心理资本比较,差异有统计学意义 ($P < 0.05$),主要体现在自我效能、乐观和韧性 3 个维度;不同自评汉语水平的留学生积极心理资本比较,差异有统计学意义 ($P < 0.05$);见表 1。

表 1 MBBS 留学生汉语焦虑量与积极心理资本状况 ($\bar{x} \pm s$)

项目		汉语焦虑	积极心理资本	自我效能	希望	乐观	韧性
性别	男	98.57±17.63	97.88±12.52	26.19±4.12	24.60±4.18	23.89±3.80	23.20±3.35
	女	100.10±17.55	98.94±13.79	26.40±4.29	25.28±4.14	24.40±4.38	22.87±3.29
	t	-0.584	-0.544	-0.333	-1.095	-0.838	0.673
	P	0.560	0.587	0.740	0.275	0.403	0.502
性格类型	内向型	98.27±18.43	96.67±14.05	25.73±4.64	24.69±4.83	23.08±4.19	23.16±3.22
	外向型	100.40±20.68	106.95±11.39	28.70±3.45	26.80±3.35	26.00±3.09	25.45±3.71
	混合型	99.49±16.73	97.58±12.47	26.10±3.98	24.67±3.92	24.24±4.07	22.58±3.13
	F	0.129	5.139	3.989	2.354	3.884	6.809
	P	0.879	0.007	0.020	0.098	0.022	0.001
年级	大一	95.83±15.25	97.91±12.99	26.30±4.01	24.94±4.08	24.15±4.17	22.51±2.94
	大二	100.40±18.22	100.21±14.22	27.17±4.50	25.21±4.46	24.26±4.27	23.57±3.76
	大三	102.15±13.65	98.04±12.92	25.88±4.32	24.81±3.89	24.54±3.57	22.81±3.65
	大四	103.78±19.11	97.93±12.66	25.56±3.81	24.81±3.93	24.15±4.48	23.41±2.88
	大五	86.29±19.87	91.71±10.35	25.57±2.76	22.71±3.30	21.57±3.46	21.86±2.41
	F	2.309	0.743	0.945	0.575	0.743	1.035
	P	0.049	0.564	0.439	0.681	0.564	0.391
自评汉语水平	非常好	84.60±15.41	107.10±9.75	29.30±3.23	26.60±3.24	27.00±2.98	24.20±3.19
	好	93.07±14.66	99.66±12.12	26.39±3.77	25.21±3.89	24.38±3.58	23.68±3.37
	中等	97.95±15.47	99.55±13.33	26.94±4.09	24.94±4.14	24.29±4.14	23.39±3.36
	不好	109.91±16.02	92.52±11.67	24.00±4.10	23.88±4.28	22.97±3.85	21.67±3.23
	很不好	114.16±15.61	95.05±14.93	25.84±4.71	24.58±5.03	23.05±5.29	21.58±2.36
	F	13.112	3.540	4.532	1.026	2.388	3.478
	P	0.001	0.008	0.002	0.395	0.050	0.009

2.2 积极心理资本与汉语焦虑的关系 相关性分析显示, MBBS 留学生汉语焦虑得分与积极心理资本总分 ($r = -0.152, P = 0.042$)、自我效能 ($r = -0.162, P = 0.030$) 和韧性呈负相关 ($r = -0.279, P = 0.001$), 与希望 ($r = -0.052, P = 0.472$)、乐观 ($r = -0.039, P = 0.606$) 无相关性。

2.3 一元线性回归分析留学生积极心理资本与汉语焦虑的关系 在“2.2”的基础上, 采用一元线性回归

进一步考察积极心理资本对汉语焦虑的影响, 结果显示, 积极心理资本对汉语焦虑有负向预测作用, 回归方程为: 汉语焦虑得分 = $118.730 - 0.200 \times$ 积极心理资本得分, 见表 2。以汉语焦虑为因变量, 通过强迫进入变量法进一步考察积极心理资本各维度的预测作用, 结果显示, 自我效能和韧性维度对汉语焦虑具有预测作用, 并且韧性维度对汉语焦虑的预测作用高于自我效能的预测作用。回归方程为: 汉语焦虑得

表 2 积极心理资本对汉语焦虑的回归分析表

因变量	预测变量	R	R ²	F	B	Beta	T
汉语焦虑	方程模型	0.152	0.023	4.193	118.730		
	积极心理资本					-0.200	-2.048*

注: *P<0.05

表 3 积极心理资本各维度对汉语焦虑的回归分析表

因变量	预测变量	R	R ²	F	B	Beta	T
汉语焦虑	方程模型	0.302	0.091	4.380*	129.320		
	自我效能					-0.887	-1.829*
	韧性					-1.354	-3.167*

注: *P<0.05

分=129.320-0.887×自我效能-1.354×韧性,见表 3。

3 讨论

3.1 留学生汉语学习焦虑状况分析 本研究发发现医学留学生的汉语学习焦虑水平随年级的提升而增加,这与留学生在华学习期间的学习、生活息息相关。初到中国的学生在课业任务上没有过多专业课程的设置,并且会有专业教师讲授汉语,学生有较为充足的时间练习基本的会话和交际汉语,焦虑感降低^[7]。进入大二以后,尽管汉语的日常交流没有问题,但这时多种专业课的开设、临床实践的开展以及等级考试的多重压力导致留学生对汉语的要求越来越高,由此引起的焦虑感出现了不退反增的现象。

自我评价是自我意识的一种形式,是主体对自己思想、愿望、行为和个性特点的判断和评价。本研究发发现自我对汉语水平评价越高的留学生的汉语学习焦虑值越低,这表明留学生的主观判断和评价与外在行为之间存在正性对应关系。在汉语学习活动中,留学生首先主动确立自己的学习目标,及时进行自我诊断,以自我评价的结果来指导和改进其学习活动,调节和控制自己的行为偏差,最终提高学习目标的实现水平,良性收益降低焦虑感的水平,由此也发挥了自我评价的导向功能。

3.2 留学生积极心理资本状况分析 本研究发发现,留学生积极心理资本及其四个维度的差异主要表现在留学生的自我评价和性格差异这两个方面。持有正性自我评价的个体会促使其进行自我验证,从而为自我发展、自我实现提供动力,这与积极心理资本及其各维度的内涵是相辅相成的。自我效能高的个体是具有高信心的个体,他们愿意选择具有挑战性的任务,自我激励并且努力去实现自己的目标,当遇到危机和障碍的时候也会坚定信心。乐观代表一种良好的归因方式,个体能够将成功与失败进行内外归因,尤其面对压力事件,有时个体会感到自我评价的某个方面受到威胁(挑战),因而他们就会加倍努力地寻求对这种自我评价的社会承认。高韧性的个体在面临困难和危机时,仍然能够持续保持韧劲并从

中迅速恢复的心理能力,这也是个体进行自我验证、自我完善的不竭动力。外向型性格特点的个体的注意力和精力指向于外,偏好在外在世界中获得支持和心理能量,通过以谈话的方式来思考,在语言的交流中对信息予以加工,因而会主动创造机会与同辈、老师等进行多方面交流,除了在积极关系上的建构外,也发展出了更多的积极的心理状态即积极心理资本。而内向型个体倾向于在内部世界里沉思,在头脑内安静的加工信息,以持久稳固的加工方式获得的积极心理资本较外向型而言要更慢些。然而需要指出的是,无论是外向型抑或是内向型的性格特点并不会影响个体在人生成长中的发展。

3.3 积极心理资本对焦虑的影响 自我效能和韧性积极心理资本越高的医学留学生,其汉语学习焦虑水平越低。积极心理资本中自我效能和韧性对汉语学习焦虑具有预测作用,并且韧性对汉语焦虑的预测作用高于自我效能的预测作用。韧性是心理的回弹能力,在面对汉语学习的压力事件时,韧性越强的留学生越能够在压力面前临危不乱,寻找适合自己的方式来适应环境,坚持解决问题,快速在压力状态恢复到自己的基线水平,由此汉语学习焦虑感也随之降低。高自我效能的个体是在执行汉语学习的任务时,对自己能够认知资源、激发动机与采取行动并最终取得成功的能力有着强烈的信心的个体,学习任务的顺利完成有助于焦虑感的降低。因此,要减少医学留学生的汉语学习焦虑,可以通过有效干预方式来提高其韧性和自我效能感,以使其在华留学生涯有更高的获得感和幸福感。

3.4 对策 积极心理资本具有自身不易被改变的特质,但又可以通过干预使其得到发展^[8],积极教育的内化机制使得留学生积极心理资本建构由被动式向主动式转变。^①在成长中提升自我效能感:自我效能感是一种自信的体现,自信心在个体不同成长阶段需要及时补充,由于留学生在出国前、入学、实习、就业等不同时期所面对的人生主题均有所不同,因而需要家人、老师及同辈的鼓励和支持。尤其教师协助

青年留学生找到自己的最近发展区,从而设置合理目标和任务,在自身努力下获得成功的体验感和收获感,推动形成积极的自我效能感。②在实践中锤炼韧性:韧性是积极心理资本中的最高维度,韧性的提炼不在说教而在实践。繁重的学业任务、交融的文化及异国生活等都是在华留学生必然面对的发展性任务,多重问题的解决需要有较强的韧性储备。教师在新生入学时就鼓励学生参加各种实践活动,尤其是有挑战性的活动,提供给他们机会锻炼独立解决问题的能力,适当时可以设置障碍,鼓励其再次进行挑战 and 应对,并且韧性的提升有助于预防忧郁和焦虑等症状。③在优势教育中培育希望与乐观:在时事形势和政策中认识自己面临的挑战和机遇,教师引导留学生树立正确的价值观,为自己制定合理目标及计划并按照计划进行实施,从小目标逐步到大目标的实现。培养留学生的成长性思维,客观、全面看待和处理目标实现过程中的困难与挫折。

总之,积极心理资本的建构过程是复杂且漫长的,需要“学生-学校/医院-教师-社会”多方面的培养和影响才会产生,以医校结合为依托,将积极心理资本理论引入课程,重视留学生心理素养提升,提高其主观幸福感和获得感;将积极心理资本理论引入

实践,充分发挥留学生主体责任,体验积极情绪,培育留学生自我效能、韧性、希望及乐观的心理品质。

参考文献:

- [1]Horwitz EK,Horwitz MB,Cope J.Foreign language classroom anxiety[J].The Modern Language Journal,1986,70(2):125-132.
- [2]Luthans F,Youssef CM,Avolio BJ.Psychological capital:developing the human competitive edge [J].Journal of Asian Economics,2007,8(2):315-332.
- [3]周洋,孙雪芹,涂丽君,等.医学本科生积极心理资本与主观幸福感的相关性研究[J].湖北科技学院学报(医学版),2014,28(4):300-302.
- [4]刘艳,谭千保.贫困大学生积极心理资本与人际敏感的关系[J].中国健康心理学杂志,2017,25(5):720-723.
- [5]于少杰,凌春光,孙秀娥,等.医学生学习倦怠、专业承诺和心理资本的关系[J].中国健康心理学杂志,2019,27(6):932-935.
- [6]林谷洋,丘文福,魏灵真,等.大学生心理资本对抑郁和焦虑的影响[J].锦州医科大学学报(社会科学版),2017,15(3):61-64.
- [7]杨军红.在沪高校留学生汉语学习焦虑状况调查[J].文教资料,2018(34):208-212.
- [8]Tastan AP.Psychological Capital:A Positive Psychological Resource and Its Relationship with Creative Performance Behavior [J].Anadolu University Journal of Social Sciences,2016,16 (2):101-118.

收稿日期:2020-04-08;修回日期:2020-05-14

编辑/王朵梅